

CONTENU DU PANIER

PASTEQUE SALADE
AUBERGINE
COURGETTE BETTERAVE

FERME PEDAGOGIQUE

Projet aire de pique nique

Nous n'avons plus besoin de bois et
planches :

MERCI A TOUS POUR VOS DONNS

Mais nous sommes **encore à la recherche** de caisses à
pommes, peintures et pincesaux en tous genres, chutes de papiers
ponces, toiles de jute en grande quantité...

Appelez au 02.47.30.05.56 et demandez Emeline
MERCİ DE VOTRE SOUTIEN

PETITS RAPPELS :

- IL EST TRES IMPORTANT DE VENIR RECUPERER SON PANIER **LE JOUR DE LIVRAISON**. D'UNE PART, IL NE FAUT PAS OUBLIER QUE LE(S) GERANT(S) DE VOTRE POINT DE DEPOT SONT ENTIEREMENT BENEVOLES ET NOUS RENDENT UN GRAND SERVICE ; ALORS EVITONS DE LES ENCOMBRER... D'AUTRE PART, VOUS POURREZ SAVOURER DES LEGUMES FRAIS !!!
- NOUS VOUS REMERCIONS EGALEMENT DE BIEN VOULOIR RAPPORTER VOS SACS VIDES SUR VOS POINTS DE DEPOTS.
- REGARDEZ BIEN VOS ETIQUETTES SUR VOS PANIERS VOUS INFORMANT DU SOLDE DE VOTRE COMPTE. UN SOLDE A ZERO NE SIGNIFIE PAS UNE SUSPENSION AUTOMATIQUE DES LIVRAISONS. TOUT PANIER LIVRE SERA DU.



Feuille de Chou 345



Semaine 37

Portes Ouvertes

SAMEDI 19 SEPTEMBRE

10H30 à 18h00

Ferme du Roucheux à Montreuil en Touraine

Un beau programme en perspective... :

- Ouverture des portes à 10h30.
- Départ des visites guidées du jardin et démonstration de la traction animale : 11h00, 14h30 et 16h00.
- Inauguration de la nouvelle entreprise d'insertion « Construire'Eco ».
- Pique-nique à 12h30 : chacun apporte son petit plat pour le partager avec tout le monde. Des musiciens seront présents pour égayer ce repas !
- Toute la journée : animation dans le jardin pédagogique, vente de légumes, exposition photos, démonstration éco-construction, et, musique (n'hésitez pas à apporter votre instrument) !!!

Nous espérons vivement vous rencontrer lors de cette journée qui vous est dédiée, alors venez nombreux avec vos amis et votre famille!!!

LES JARDINS DE CONTRAT « Roucheux »
37530 MONTREUIL EN TOURAINE
Tél. : 02.47.30.05.56
Site Internet : www.jardinsdecontrat.fr
eMail : infos@jardinsdecontrat.fr

RECETTE DE LA SEMAINE

Deux façons de déguster la pastèque....

CONFITURE DE PASTÈQUE A LA VANILLE

Préparation : 45 min

Cuisson : 1 h

Ingrédients (pour 10 pots) :

- 1,5 kg de pastèque
- 1 orange
- 2 citrons
- 2 gousses de vanille
- 750 g de sucre

Préparation :

1. Pressez l'orange et les citrons, versez ces jus sur le sucre dans une bassine à confiture.
2. Ajoutez les zestes finement hachés et les gousses de vanille fendues en deux et grattées.
3. Portez à ébullition et laissez bouillir pendant 30 minutes pour obtenir un sirop.
4. Pendant ce temps, découpez la pastèque, épépinez-la et recueillez la chair. Découpez-la en petits dés.
5. Mettez les dés de pastèque dans le sirop et laissez cuire 1 h en remuant et en écumant pendant les 15 premières minutes.
6. Mettre la confiture chaude en pots ébouillantés, fermer et retourner les pots pendant le refroidissement.

CARPACCIO DE PASTÈQUE SALE

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 quartier de pastèque
- 75 g de parmesan en copeaux
- 1 c à café de vinaigre balsamique
- fleur de sel
- 125 g de magret de canard fumé
- 2 poignées de salade
- 2 c à soupe d'huile d'olive
- poivre du moulin

Préparation

1. Lavez et essorez la salade. Répartissez-la dans des assiettes.
2. Coupez la pastèque en fines lamelles et répartissez-les dans les assiettes, sur la salade.
3. Arrosez la salade et la pastèque de quelques gouttes de vinaigre balsamique et d'un filet d'huile d'olive. Salez et poivrez.
4. Ajoutez les lamelles de magret fumé et les copeaux de parmesan.
5. Servez aussitôt.

BON APPETIT A TOUS !

LA VIE DE LA FERME

Bonjour,

Je m'appelle Nadège, j'ai travaillé dans la cueillette des champignons durant 6 mois, j'aimais bien cet emploi mais l'entente entre collègues était bien différente (beaucoup de conflits !).

Par la suite, j'ai accédé à un travail très enrichissant chez une personne âgée. Elle possédait un château et l'ouvrait au public durant la journée du patrimoine. Je m'occupais du nettoyage complet (dont beaucoup de vitres à nettoyer !), de l'accueil des personnes dans le gîte, et de la mise en valeur du château (faire des bouquets de fleurs par exemple) : j'étais très polyvalente. J'avais à disposition un jardin dans la cour du château où j'entretenais un potager (tomates, haricots verts, courgettes...), ce travail me plaisait beaucoup. Malheureusement, mon employeur n'est plus de ce monde, ce qui est regrettable car je m'entendais très bien avec elle et j'ai du coup perdu mon emploi.

Je suis aujourd'hui contente de travailler à la ferme, je n'ai pas « perdu la main » pour le travail, seul le contact humain me manquait. Le soutien de mon entourage m'a beaucoup aidé, apporté et remonté le moral. Je suis une personne assez réservée, qui ne sort pas beaucoup ayant plein de choses à faire (j'ai 3 enfants) et ne pensant pas à moi. Ici, toute l'équipe m'a donné de l'énergie et nous en avons tous besoin. J'ai un peu d'humour, c'est une chose que je n'ai pas perdu...et qui m'aide dans la vie de tous les jours. J'ai la foi et cela me donne la force de devenir quelqu'un.

Je remercie tous mes encadrants et mes collègues car ils m'ont aidé à faire mon travail avec dignité grâce à leurs en(courage)ments et leur convivialité. J'ai perfectionné mon travail (attache des tomates, aubergines...). En cueillant les légumes le matin, j'ai découvert plusieurs variétés de légumes amusantes que je ne connaissais pas. Le maraîchage m'intéresse beaucoup et m'encourage à acquérir de bonnes compétences et des savoirs faire.

Actuellement, je sais que j'ai encore à apprendre et je continue à garder le moral (je le conseille à tout le monde). Il faut rester solidaire et se battre « moralement » et « physiquement » tous les jours.

Bonne semaine à tous

Merci de votre soutien et bon courage !

Nadège

P.S : Au moment où je vous écris, deux montgolfières survolent « les terres de Roucheux ». Une s'est même posée à proximité de nos champs de courges : ce fut un moment unique !!